



PLANNINGS AEROBIC 2021-2022 : COMPETITION

(sous réserve de modifications)

- **Anciens adhérents** : pour connaître votre groupe (catégorie) et vos horaires d'entraînement, contacter les entraîneurs.
- **Nouveaux adhérents** : pour déterminer votre groupe (catégorie) et vos horaires d'entraînement, des tests d'aptitude seront mis en place par les entraîneurs.
- **Pour toutes informations**, prendre contact auprès de Ludivine Baudouin (Responsable technique) à l'adresse mail suivante :

ludivine.baudouin@orange.fr

| | HORAIRES | GROUPES | LIEUX / GYMNASES |
|-------|--------------|------------------------------------|--|
| LUNDI | 17H30-19H30 | 7-9 ans D'jumpy Nat A 10-14 ans | Michel Jazy / Salle de Gym ou Salle de danse |
| | 19h00- 21h00 | Elite + détection juniors | |

| | HORAIRES | GROUPES | LIEUX |
|-------|-------------|---------------------------------|---|
| MARDI | 17h30-19h00 | Fédérales 10-14 ans | Michel Jazy / Salle de Volley ou Salle de Gym |
| | 19h00-20h30 | Step compétition 14 ans et plus | |

| | HORAIRES | GROUPES | LIEUX |
|----------|---------------|--|----------------------------|
| MERCREDI | 17h00-18h30 | Fédérales 7-9 ans | Michel Jazy / Grande salle |
| | 17h00-19h00 | Fédérales 10-14 ans | |
| | 18h00-20h30 | Nationales 12-14 ans Fédérales 12 + | |
| | 18h00-21h00 | Elite et solo nationale A 12-17 ans | |
| | 19h30 – 22h00 | Hilo - Step | |

| | HORAIRES | GROUPES | LIEUX |
|-------|-------------|--|---|
| JEUDI | 17H30-19H00 | Fédérales 7-9 ans D'jumpy 7-9 ans | Michel Jazy / Salle de Volley ou Salle de Gym |
| | 17h30-20h | Nationales A 10-14 ans Nationales 12-14 ans | |
| | 19h30-21h30 | Elites + solo NA Fédérales 12 ans et plus | |

| | HORAIRES | GROUPES | LIEUX |
|----------|-------------|--------------------------------------|-------------------------------|
| VENDREDI | 20H30-22H30 | Solo – trio senior + solo NA - elite | Maurice Herzog / Salle de Gym |

| | HORAIRES | GROUPES | LIEUX |
|--------|-------------|----------------------------|-------------------------------|
| SAMEDI | 11h00 – 13h | Fédérales 10-14 ans | Laura Flessel / Salle de boxe |
| | 11h00-13h30 | Nationales – Fédérales 12+ | |
| | 11h00-14h00 | seniors | |

- La présence des parents dans les salles d'entraînement n'est pas autorisée.
- **L'accès aux structures sportives et la pratique du sport sont soumis à la présentation d'un pass sanitaire pour les majeurs.**
- A partir du 30 septembre, il deviendra obligatoire pour les enfants de 12 ans et plus.